

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ВЯТСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

© 2022 М. В. Шубина, О. В. Иванова

Вятский государственный университет (Киров, Россия)

В статье физическая культура рассматривается как дисциплина, обязательная для среднестатистического студента Вятского государственного университета. Каждый студент воспринимает её по-своему и посещает занятия ради своих целей. Статья даёт ответы на вопросы: каково отношение студентов к данной дисциплине, что мотивирует заниматься на самом деле и важна ли им физкультура в повседневной жизни.

Ключевые слова: студенты, физическая культура, здоровый образ жизни, мотивация, элективные дисциплины.

Каждый человек ещё в детском возрасте узнаёт, что такое физические упражнения, виды спорта, спортивные состязания и так далее. Все они играют бесценную роль, поскольку развивают и укрепляют мышечный каркас, улучшают иммунитет, а впоследствии организм становится более устойчивым к болезням.

Посредством знаний, получаемых на занятиях по физической культуре, студенты должны понимать её значимость в развитии личности и повышении уровня физической и умственной работоспособности. Также студентам нужно учиться формировать ценностное отношение к таким занятиям ради сохранения своего здоровья, ведения здорового образа жизни и развития психофизических качеств, которые необходимы в будущей профессиональной деятельности [2].

Это известно многим, но далеко не каждый имеет силу воли к постоянным физическим нагрузкам, а потому такие люди предпочитают не заниматься вообще.

Анализ результатов формирования направленности личности учащихся разных возрастных групп показал, что к старшему школьному возрасту существенно снижается число учащихся с положительной направленностью на занятиях физической культурой (до 30 %), а в вузе данный результат только стабилизируется. [1]

В настоящее время эксперты взволнованы тем, что студенты имеют низкий уровень двигательной активности. Часто наблюдается отсутствие достаточного запаса навыков и интереса к дисциплине. Все эти факторы показывают отношение студентов к занятиям по физической культуре и влекут за собой неуважительные пропуски пар [3].

Следовательно, целью исследования было понять отношение студентов Вятского государственного университета к физической культуре и спорту.

В ходе исследования было решено использовать анкетную форму опроса. Вопросы, связанные с самостоятельным поддержанием здорового образа жизни и посещением дисциплины «Физическая культура» в образовательном пространстве, были заданы 93 студентам Вятского государственного университета.

Везде говорится о важности ведения здорового образа жизни. Популярно ли такое мнение среди студентов? Оказывается, что да: 74 % молодых людей часто питаются правильно, не имеют пагубных привычек и стараются каждый день проводить на свежем воздухе или проветривают свои комнаты. Остальные опрошенные уверены, что совмещать редкое употребление алкогольных напитков, использование электронных сигарет и систематическое посещение тренажёрного зала возможно, и это не несёт серьёзных последствий. Такая точка зрения студентов вызвала интерес, и им был задан дополнительный вопрос: «Есть ли проблемы со здоровьем и что именно беспокоит?» По-

Шубина Марина Владимировна – Вятский государственный университет, старший преподаватель, mv_fiz@mail.ru.

Иванова Ольга Витальевна – Вятский государственный университет, студентка, ivanova.stud@gmail.com.

дробные комментарии опрошенных сходятся: в основном обучающихся беспокоят головные боли и не нравится состояние зубов. Есть предположение, что это напрямую связано с вредными привычками.

Всем был задан следующий вопрос, касающийся цели посещения занятий. Ситуация выглядит следующим образом: 23 % студентов воспринимают её как необходимую разгрузку между другими дисциплинами, которые проходят в постоянном сидячем положении. Практически столько же обучающихся, а именно 22 %, посещают занятия для развития своих физических показателей и улучшения иммунитета. Для 10 % студентов важно посещать физкультуру, поскольку они, помимо этого, постоянно занимаются в тренажёрном зале, посещают спортивную секцию или танцевальную школу. Но при этом у большей части обучающихся в первую очередь стоит в интересах получить зачёт – этот вариант ответа выбрали 46 % опрошенных.

Вследствие этого возник третий основной вопрос, связанный с причинами пропусков пар. Большой процент студентов когда-либо не ходил на физкультуру по уважительной причине или из-за наличия болезни. Обучающиеся студенты, когда-либо пропустившие дисциплину по неуважительной причине тоже есть – 28% опрошенных. Получается, что только 19 % студентов не пропустили ни одного занятия. Этот результат нельзя назвать положительным показателем.

Не менее важно личное отношение студента к выбранному им виду, которое за всё время обучения могло поменяться. Так, выяснилось, что 18 % обучающихся на втором или третьем курсе выбрали другую специализацию и остались довольны своим выбором.

Заключительный вопрос был связан с занятиями физической культурой вне учебного заведения. Активно ли студенты проводят своё свободное время? 52 человека признались, что вследствие загруженной учёбы не занимаются спортом столько, сколько хотелось бы, но при этом не проводят досуг, только лёжа на диване. Они периодически совершают долгие пешие прогулки по улицам или городским паркам, катаются на велосипеде, роликах, лыжах, коньках и довольствуются этим. 9 человек убеждены, что свободное время должно быть уделено физическим нагрузкам, начиная с лёгкой

утренней пробежки и заканчивая походом в тренажёрный зал, занятием определённым видом спорта либо вечерними энергичными танцами. Остальные студенты предпочитают проводить досуг в спокойном темпе, не уделяя физкультуре много времени. Они ограничиваются неспешной ходьбой из одного места в другое, дополнительным сном вследствие усталости и недосыпа, бытовыми заботами и использованием интернета.

Вывод, полученный из исследования, звучит так: количество студентов, которое присутствует на всех или практически всех занятиях по физической культуре и осознаёт необходимость посещения, не маленькое. Обучающиеся заинтересованы в укреплении своего здоровья и считают, что занятия физической культурой и спортом в вузе этому отлично способствуют.

В настоящее время в нашем высшем учебном заведении ведётся активная пропаганда спорта. Проводятся соревнования как внутривузовского, так и регионального уровня, функционируют спортклуб студентов ВятГУ, баскетбольный клуб, группа поддержки “Allure”, турклуб «Буревестник», плавательный бассейн.

Так же работают секции по баскетболу, волейболу, мини-футболу, чирлидингу, кендо, бадминтону, лёгкой атлетике, лыжным гонкам, плаванию, настольному теннису, гиревому спорту, рукопашному бою, скалолазанию, оздоровительному фитнесу, атлетической гимнастике, восточным единоборствам. В начале каждого учебного года ведётся набор в то или иное направление, и желающие всегда есть. В рамках Вятского государственного университета это главная позитивная перспектива.

Однако нужно заняться поиском новых актуальных путей повышения интереса к занятиям физической культурой студентов, которые приходят только ради получения отметки «зачтено». Всё вышесказанное свидетельствует о необходимости принятия мер по привитию студентам интереса к различным видам двигательной активности и формированию установок на здоровый образ жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кондаков В. Л., Копейкина Е. Н., Бальшева Н. В., Усатов А. Н., Скруг Д. А. Отношение студентов к занятиям физической

культурой и спортом в образовательном пространстве современного вуза / В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, Н. В. Балышева, А. Н. Усатов, Д. А. Скруг // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 1-1.

2. Мелешкова Н. А. Отношение студентов вуза к дисциплине «Физическая культура» как фактору готовности к здоро-

вьесбережению / Н. А. Мелешкова // Профессиональное образование в России и за рубежом. – 2017. – № 4 (28).

3. Ховрина Е. О. Роль физической культуры как предмета в жизни студентов / Е. О. Ховрина, И. В. Орехова, С. Г. Вьюшин // Тенденции развития науки и образования. – 2018. – № 44. – С. 74.

THE ATTITUDE OF STUDENTS OF VYATKA STATE UNIVERSITY TO PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

© 2022 M. V. Shubina, O. V. Ivanova

Vyatka State University (Kirov, Russia)

Physical culture is considered as a compulsory discipline for an average student at the Vyatka State University in this article. All students perceive it in their own way and attend classes for their own purposes. The article gives answers to the questions: what the attitude of students to this discipline is, what motivates them to attend it and whether physical education is important to them in everyday life.

Keywords: students, physical culture, healthy lifestyle, motivation, elective subjects.